



Меню на 26.07.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша молочная пшеничная	178	176	6,82	6,74	5,04	4,98	10,24	10,12	161,54	159,72	40
Кофейный напиток с молоком	134	176	4,02	5,28	3,43	4,51	11,5	15,1	92,51	121,51	81
Бутерброд с маслом	30	42	1,87	2,62	4,32	6,05	13,31	18,64	100,6	140,84	58
Итого за завтрак 1	342	394	12,71	14,64	12,79	15,53	35,05	43,86	354,65	422,07	
Завтрак 2											
Яблоко	100	99	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,3	52	51,48	70
Сок фруктовый	0	100	0	0	0	0	0	10	0	45	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
Итого за завтрак 2	200	199	0,56	0,26	0,17	0,17	15,67	21,3	98	96,48	
Обед											
Суп с гречками на кур.б.	0	200	0	2,34	0	0,38	0	8,4	0	242	12
Суп "Кудрявый" на кур.б.	200	0	11	0	15,2	0	29	0	396,8	0	1
Курица отварная	52	52	14,2	14,2	3,48	3,48	0	0	92,04	92,04	23
Пюре картофельное	119	147	4,03	4,98	3,95	4,88	13,78	17,02	100,39	124,01	56
Салат из капусты белокочанной	50	100	0,7	1,4	5,03	10,06	2,84	5,68	59,26	118,52	45
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	34	43	2,24	2,84	0,37	0,47	13,94	17,63	68	86	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	608	747	32,32	25,96	28,04	19,28	66,22	57,61	758,82	719,01	
Полдник											
Кефир	149	149	4,47	4,47	3,73	3,73	5,96	5,96	78,97	78,97	85
Печенье	20	40	1,4	2,8	2	4	14,6	29,2	82	164	66
Итого за полдник	169	189	5,87	7,27	5,73	7,73	20,56	35,16	160,97	242,97	
Ужин 1											
Вареники ленивые отварные	132	132	17,29	17,29	13,73	13,73	24,16	24,16	293,03	293,03	87
Соус сметанный сладкий	48	47	1,63	1,59	4,11	4,02	6,32	6,19	69,68	68,23	109
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	35	1,88	2,63	0,75	1,05	13,25	18,55	67,5	94,5	51
Итого за ужин 1	355	414	20,79	21,51	18,59	18,8	49,71	56,88	454,21	487,75	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1674	1943	72,26	69,64	65,31	61,51	187,21	214,8	1826,6	1968,3	

Исполнитель: Ст. медсестра А.В. (Полухина И.В.)